

Beach Soccer GOLF FOOT FUTNET FOOT EN MARCHANT Fit Foot

Foot à 11 Foot à 8 Foot 5 Futsal



Pour le plaisir,
le partage et
votre santé

VOUS PROPOSEZ OU SOUHAITEZ PROPOSER
UNE OFFRE DE PRATIQUE LOISIR DIVERSIFIÉE
À VOS LICENCIÉS OU FUTURS LICENCIÉS ?

VOTRE DISTRICT VOUS ACCOMPAGNE !

Les **techniciens** du District
des Hauts-de-Seine de Football sont
à **vo**tre écoute pour vous aider
à mettre en œuvre au sein
de votre club une des nouvelles
pratiques proposées par la F.F.F.

Des **dotations** sont notamment
prévues pour les clubs qui se lancent
en créant une Section loisir.

FOOT EN MARCHANT



FOOT
LOISIR



FOOT EN MARCHANT



LA PRATIQUE
À VOTRE
RYTHME

Aussi appelé « Walking Football », le FOOT EN MARCHANT est une variante du football qui se pratique à effectif réduit où les joueurs ont interdiction de courir. Cette pratique se déroule sur un terrain de 18 à 30 mètres de large sur 30 à 40 mètres de long.

Le foot en marchant est une version plus lente du football avec des règles aménagées permettant une pratique loisir totalement sécurisée et accessible à tous (intergénérationnelle, mixité homme-femme et/ou sociale, inclusion).

- Durée préconisée : nombre de périodes modulables en fonction des publics (maximum = 60 minutes) ;
- Nombre de joueurs : 5 contre 5 ou 6 contre 6 (adaptable en fonction de la taille du terrain et/ou public) ;
- Interdiction de courir et de lever le ballon au dessus de la hauteur des hanches ;
- 3 touches de balle maximum ;
- Pas de hors-jeu ;
- Fautes : les tacles et contacts sont strictement interdits ;
- Pour toute remise en jeu (touche, coup-franc, engagement...), les adversaires sont à 2 mètres minimum. Tous les coups-francs sont indirects ;
- Gardien de but : seul autorisé dans la surface de réparation, peut relancer à la main ou au pied.

- Protège-tibia obligatoire ;
- Ballon Futsal préconisé ou ballon taille 5 ;
- Possible sur toutes surfaces (gymnase, foot5, terrain extérieur...) ;
- Taille des buts adaptables (utilisés buts existants ou 4x1,8 mètres, 4x2 mètres ou 3x2 mètres).

Découvrez en vidéo la pratique

